ಮಾಂ ಚೈವಾಂತಃಶರೀರಸ್ಥಂ ತಾನ್ವಿದ್ಧ್ಯಾಸುರನಿಶ್ಚಯಾನ್ ॥ ೬ ॥

ಆಹಾರಸ್ತ್ವಪಿ ಸರ್ವಸ್ಯ ತ್ರಿವಿಧೋ ಭವತಿ ಪ್ರಿಯಃ ।
ಯಜ್ಞಸ್ತಪಸ್ತಥಾ ದಾನಂ ತೇಷಾಂ ಭೇದಮಿಮಂ ಶೃಣು ॥ ೭ ॥

ಆಯುಃಸತ್ತ್ವಬಲಾರೋಗ್ಯಸುಖಪ್ರೀತಿವಿವರ್ಧನಾಃ ।
ರಸ್ಯಾಃ ಸ್ನಿಗ್ಧಾಃ ಸ್ಥಿರಾ ಹೃದ್ಯಾ ಆಹಾರಾಃ ಸಾತ್ತ್ವಿಕಪ್ರಿಯಾಃ ॥ ೮ ॥

ಕಟ್ವಮ್ಲಲವಣಾತ್ಯುಷ್ಣತೀಕ್ಷ್ಣರೂಕ್ಷವಿದಾಹಿನಃ ।
ಆಹಾರಾ ರಾಜಸಸ್ಯೇಷ್ಟಾ ದುಃಖಶೋಕಾಮಯಪ್ರದಾಃ ॥ ೯ ॥

ಯಾತಯಾಮಂ ಗತರಸಂ ಪೂತಿ ಪರ್ಯುಷಿತಂ ಚ ಯತ್ ।
ಉಚ್ಛಿಷ್ಟಮಪಿ ಚಾಮೇಧ್ಯಂ ಭೋಜನಂ ತಾಮಸಪ್ರಿಯಮ್ ॥ ೧೦ ॥

ಅಫಲಾಕಾಂಕ್ಷಿಭಿರ್ಯಜ್ಞೋ ವಿಧಿದೃಷ್ಟೋ ಯ ಇಜ್ಯತೇ ।
ಯಷ್ಟವ್ಯಮೇವೇತಿ ಮನಃ ಸಮಾಧಾಯ ಸ ಸಾತ್ತ್ವಿಕಃ ॥ ೧೧ ॥

ಅಭಿಸಂಧಾಯ ತು ಫಲಂ ದಂಭಾರ್ಥಮಪಿ ಚೈವ ಯತ್ ।
ಇಜ್ಯತೇ ಭರತಶ್ರೇಷ್ಠ ತಂ ಯಜ್ಞಂ ವಿದ್ಧಿ ರಾಜಸಮ್ ॥ ೧೨ ॥

ವಿಧಿಹೀನಮಸೃಷ್ಟಾನ್ನಂ ಮಂತ್ರಹೀನಮದಕ್ಷಿಣಮ್ ।
ಶ್ರದ್ಧಾವಿರಹಿತಂ ಯಜ್ಞಂ ತಾಮಸಂ ಪರಿಚಕ್ಷತೇ ॥ ೧೩ ॥

ದೇವದ್ವಿಜಗುರುಪ್ರಾಜ್ಞಪೂಜನಂ ಶೌಚಮಾರ್ಜವಮ್ ।
ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯಮಹಿಂಸಾ ಚ ಶಾರೀರಂ ತಪ ಉಚ್ಯತೇ ॥ ೧೪ ॥